

## תוכן עניינים

3	.....	א. הנושא הנבחר: בני נוער ברשתות החברתיות	3
3	.....	1. הצגה תיאורטית	3
4	.....	2. קטע המשקף את הנושא הנבחר	4
4	.....	3. יישום התיאוריה	4
5	.....	ב. הצגת סוגיה מקצועית	5
6	.....	ג. רפלקציה	6
7	.....	ביבליוגרפיה	7

## א. הנושא הנבחר: בני נוער ברשתות החברתיות

### הצגה תיאורטית

הרשתות החברתיות הינן תופעה מן העשור האחרונה, אשר פשטה בעולם והפכה לחלק אינטגרלי מן החיים של מרבית האנשים בעולם המערבי. בני נוער, מאמצי טרנדים מטבעם, אימצו את הרשתות החברתיות בחום. למעשה, הרשתות החברתיות הפכו לחלק בלתי נפרד מהמרחב שבו בני נוער מנהלים קשרים חברתיים. אף ניתן לומר כי בני הנוער מתנהלים בשני מרחבי חיים חברתיים במקביל – המרחב הפיזי והמרחב המקוון, בו הרשתות החברתיות מהוות אמצעי עיקרי לשמירה על פעילות חברתית (אייזנקוט, 2017).

בהגדרה, רשת חברתית הינה אתר אינטרנט המזמן אפשרויות למפגש וירטואלי, לתקשורת ולשיתוף קבצים/מידע בין חברים, וכן מזמן אפשרויות ליצור קהילות ברשת. דוגמאות לרשתות חברתיות פופולריות הן פייסבוק, אינסטגרם, טיק טוק, טוויטר, רדיט ועוד. הרשתות החברתיות הופיעו לפני כעשור ומיד זכו לפופולריות, שרק הלכה והתעצמה עם הופעת האפליקציות המאפשרות להתחבר החברתית מהטלפון, בכל מקום ובכל שעה. לעומת יישומים אחרים באינטרנט, הרשתות החברתיות ייחודיות בכך שדורשות חשיפה אישית של מידע מגוון על הפרט בפרופיל האישי שלו (אייזנקוט, 2017; Eghtesadi, & Florea, 2020).

בשנים האחרונות, הפופולריות של הרשתות החברתיות גואה בקרב הנוער, בפרט בישראל. סקר שערך ארגון הבריאות העולמי, WHO, בקרב תלמידים בני 11, 13 ו-15 מ-41 מדינות, מצא כי ישראל הינה במקום הראשון בשימוש יומיומי של יותר מ-4 שעות במחשב, בסלולרי ובאינטרנט. כמו כן, השימוש של התלמידים באינטרנט מאופיין במגוון פעילויות חברתיות, כגון פעילות תקשורתית ברשתות החברתיות ובאפליקציות של מסרונים (אייזנקוט, 2017; Li, Luo, Hao, Smith, Guo & Tyrone, 2020). זאת ועוד, בישראל, נמצא כי למרבית התלמידים יש טלפון חכם, וכי 85% מהתלמידים משתמשים באינטרנט לפחות פעם ביום, למשך כ-3 שעות בממוצע. עיקר השימוש ברשתות החברתיות הינו לשם שמירה על קשר עם מכרים וקרובים ויצירת קשרים חדשים דרך אפליקציות מסרונים, וכן הן משמשות למשחקים לדיבור (אייזנקוט, 2017). רבים מבני הנוער בימינו הם "ילידים דיגיטליים", קרי, הם אוכלוסייה שהנוכחות היומיומית של המרחב המקוון מלווה אותה מגיל אפס והרשתות החברתיות מהוות באמת חלק בלתי נפרד מחייהם, מהזהות שלהם ומהפעילות החברתית שלהם. זאת לעומת שכבות הגיל המבוגרות שנחשפו לרשתות החברתיות רק בגילאים מבוגרים יותר, אם בכלל, והרשתות החברתיות בעלות משמעות פחותה עבורם (פרנקו, אלמוג וח'אלד, 2020).

לפעילות הענפה של הנוער ברשתות החברתיות נזקפים יתרונות כמו גם חסרונות. היתרונות הינם האפשרות להרחיב ולהעמיק את הקשרים חברתיים, לבסס מעמד חברתי במדיום נוסף על זה הפיזי, להפגין יצירתיות אל מול הקהל הרחב דרך אפשרויות השיתוף ברשתות החברתיות, רכישת ושכלול המיומנויות הדיגיטליות, הרחבת הדעת במגוון נושאים, העברת שעות פנאי בהנאה דרך משחקים וכדומה. יתר על כן, הרשת עונה לבני הנוער על צרכים בסיסיים – הצורך בהשתייכות דרך חיבור למספר רב של אנשים ללא מאמץ – דבר שמסייע במיוחד ברגע בדידות, היכולת לבחור את קבוצת ההשתייכות ושימוש בטלפון כאמצעי לצורך הרגעה בעת מצבי משבר (מאיר-קעטבי, 2017; Lenhart, Madden, Smith, Purcell, Zickuhr & Rainie, 2011).

מנגד עומדים חסרונות לא מעטים לשימוש ברשתות חברתיות. אחד מהם הוא היעדר הנוכחות של סמכות מבוגרת במרחב המקוון, אשר מביאה לכך שהנערים עוברים ברשתות החברתיות תהליכי התפתחות משמעותיים ללא הדרכה והגנה מצד המבוגרים (פרנקו ואחרים, 2020). הילדים נחשפים לסכנות רבות ברשת, כמו חשיפה מוקדמת לתכנים למבוגרים בלבד, בלבול בין דמיון למציאות במהלך משחקים מקוונים, ריאליסטיים, התמכרות לתכנים פורנוגרפיים ואלימים, חשיפה לשיח תוקפני ועוד (מאיר-קעטבי, 2017). אולם, רבים מהמבוגרים מפגינים חוסר ביטחון בהתמודדות מול הילדים והנוער בהקשר המרחב המקוון, שכן הם מרגישים כי הילדים הנוער "עליונים טכנולוגית" עליהם ויודעים כיצד להסתדר – ולכן המבוגרים נוטים להזניח את ההשגחה על הילדים ברשת. עם זאת, במקרים רבים הילדים אובדי עצות אל מול תופעות מקוונות כמו בריונות וחרמות המעוררים בהם מצוקה נפשית. מכאן שהילדים והנוער עדיין זקוקים לפיקוח ההורי ולהדרכת המבוגרים גם אם ישנו פער טכנולוגי בין הדורות (פרנקו ואחרים, 2020; קייזר-הלן, 2016).

חסרון נוסף מתבטא במגמה של עלייה במחשבות אובדניות, התאבדויות ודיכאונות בקרב בני נוער שניתן לייחס לחשיפה הגוברת לרשתות החברתיות (פרנקו ואחרים, 2020). בהקשר זה, ניתן לומר כי חסרון אחר הוא תופעת בריונות מקוונת. מכיוון שבני הנוער מעתיקים את פעילותם החברתית מהמרחב הפיזי אל המרחב המקוון, אין זה מפתיע כי ישנן תופעות של בריונות מקוונת, המתבטאת ברשתות החברתיות דרך חרמות, קללות, הצקות, הטרדות, דחייה חברתית, הפצת שמועות, אימים, העלבות והטלת אימה (פרנקו ואחרים, 2020). כמו בחיים הפיזיים, גם ברשת הילדים הרגישים יותר, הפגיעים יותר, חסרי המיומנויות החברתיות, הם אלו שנוטים יותר ליפול כקורבנות לאלימות (ארגון, 2016). בישראל, סכמת סקרים מראה כי 10-40% מהילדים סבלו מאלימות מקוונת וכמחצית מהילדים היו עדים לה (פרנקו ואחרים, 2020). ניכר, חסרון זה הולך יד ביד עם היעדר הנוכחות המבוגרת ברשת. שכן, כאשר הורים קבעו הגבלות על השימוש באינטרנט ו/או קיימו דו שיח משותף ופתוח עם הילדים לגבי היתרונות והסכנות בשימוש באינטרנט ואופן הגלישה הרצוי, כך פחתה החשיפה של הילדים לבריונות המקוונת (ששון, 2017).

קיימות מספר דרכים להתמודדות עם הפנים הבעייתיים של השימוש ברשתות החברתיות על ידי הנוער. אחת מהדרכים הינה הגברת המודעות ההורית והידע של ההורים על המרחב המקוון שבו הילדים שוהים, כך שהם יהיו יותר מודעים לסכנות כמו גם ליתרונות ברשתות החברתיות. כך ההורים יוכלו להכווין וללמד את הילדים כיצד לנצל את יתרונות הרשת ולהימנע מחסרונותיה, להפגין יותר נוכחות מבוגרת במרחב המקוון, להגביל בצורה יעילה את הגלישה ולשוחח עם הילדים לעתים תכופות בצורה פתוחה ויעילה על חוויותיהם ברשת (קייזר-הלן, 2016). דרך נוסף להתמודד עם סכנות הרשת החברתית הינה קיום התערבות כיתתית על